

Neues aus der Beratungsstelle September 2021

Kinder-, Jugend- und
Familienberatungsstelle
Klosterplatz 23
06295 Lutherstadt Eisleben
Tel. (03475) 71 18 09-0
Fax (03475) 71 18 09-2
familienberatung-msh@twsd-sa.de
Nebenstelle Hettstedt, Markt 06
Tel: 03476 / 8575639

Liebe Leserinnen und Leser,

der Sommer ist in diesem Jahr verregnet und unerwartet kalt – wir hoffen, Sie haben dennoch Zeit für sommerliche Aktivitäten finden können, erholsamen Urlaub, ob zu Hause oder in der Ferne, erlebt, Grillabende genossen oder einfach die Zeit im Freien genutzt, bevor die Tage wieder kürzer werden.

So ist es eben manchmal mit den Erwartungen: Da steht der Sommer vor der Tür und die Gedanken drehen sich um Eis und Badeseen und dann kommt alles anders. Auch das Leben mit Kindern ist häufig so, dass Erwartungen an das Miteinander sich einspielen und dann kommt die Pubertät und alles ist anders. Und doch steckt dahinter eine Chance, das Beste draus zu machen und die Dinge anders zu erleben, als sie bislang waren. Stöbern Sie auf den kommenden Seiten zu Ideen rund um die Zeit, wenn „Die Eltern schwierig werden.“ ;)

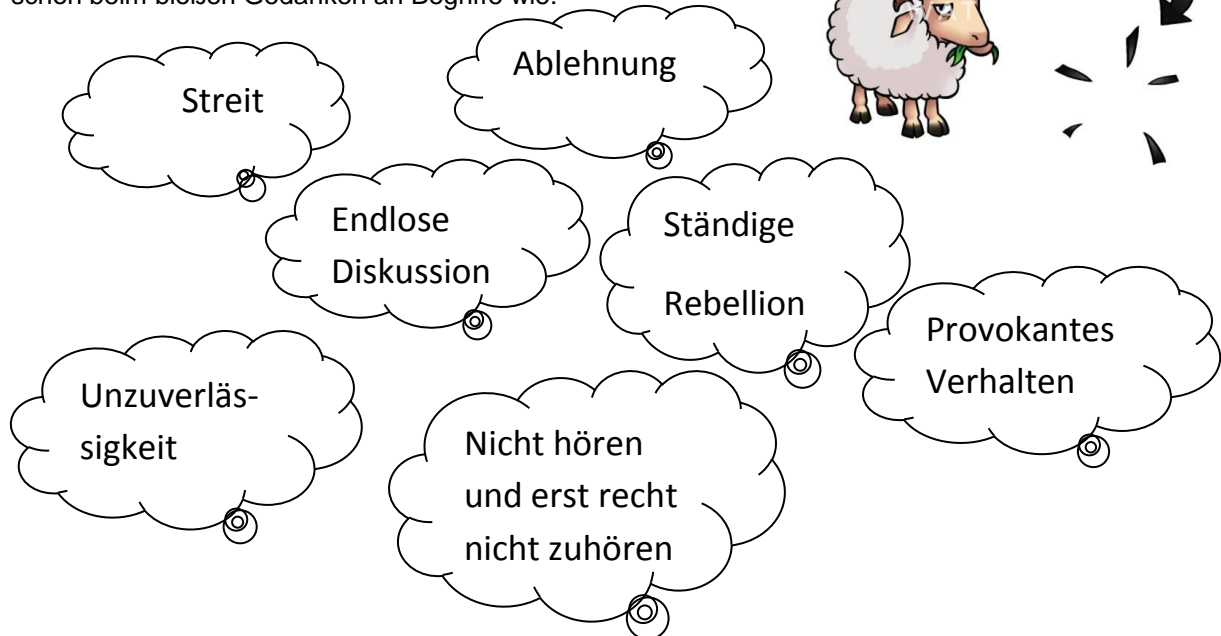
Ihr

Team der Beratungsstelle



Die „Null-Bock-Stimmung“ – Herausforderung und Chance

Natürlich haben schon mal alle Eltern von dieser „fürchterlichen“ Zeit bei Kindern und Teenagern gehört und doch hoffen sie, dass diese Zeit bei allen Anderen vorkommt nur bitte nicht bei ihnen selbst. Dieser Wunsch ist sicherlich berechtigt, denn schon beim bloßen Gedanken an Begriffe wie:



wird jedem Elternteil ganz flau im Magen. Auch Sorgen und Ängste beschleichen uns, denn es ist eine Zeit, welche mit vielen Veränderungen verbunden sein wird. Auch die Existenz eines real vorhandenen Gefahrenpotentials lässt sich nicht verleugnen oder gar ausschließen.

Und doch ist sie plötzlich da: *diese Zeit*. Mal früher oder mal später, eher selten nie. Meist kündigt sie sich langsam und unbemerkt an und erste Anzeichen werden übersehen. Aus wenig Lust wird keine Lust, aus wenig reden wird kaum noch reden und plötzlich wird der Umgangston als patzig und respektlos empfunden.



Auch gibt es plötzlich so viele *Geheimnisse*, welche nicht mehr wie sonst mit Mutti oder Vati geteilt werden möchten. War das vor kurzem noch ganz anders und Eltern haben sich als Freund ihres Kindes gesehen, mit dem man alle großen und kleinen Geheimnisse teilen kann und dem man alles anvertraut, kommt jetzt die meist schmerzliche Erfahrung: Dem ist nicht (mehr) so.

Das Gefühl, keinen Zugang zum Kind / Teenager mehr zu haben, wird durch klassische Frage-Antwort Situationen meist noch verstärkt.

„Was habt ihr denn gemacht?“ Antwort „Nichts“

„Worüber habt ihr denn so lange erzählt?“ Antwort „Ach, über nichts“

Meist resultiert hieraus Streit, welcher mit einer anderen Gesprächsführung eventuell vermeidbar gewesen wäre. (Aus-)Frage-Situationen bieten keine gute und zielführende Gesprächsgrundlage. Und mal ganz ehrlich: Erzählen Eltern immer ihren Kindern was sie mit Freunden gemacht und besprochen haben? Wohl eher nicht und das ist auch gut so.

AUCH WENN DIE AKZEPTANZ EINER ALTERS- UND ENTWICKLUNGSGERECHTEN PRIVATSPHÄRE VOM KIND VIELEN ELTERN BEFREMDLICH ERSCHEINT, IST ES ABER EIN WICHTIGER GRUNDSTEIN FÜR VERTRAUEN UND RESPEKT.

Gerade in dieser Zeit machen Kinder/ Teenager eine Vielzahl von Erfahrungen, welche für die individuelle Entwicklung von großer Bedeutung sind. Auch wenn Eltern dies gern verhindern möchten, zählen auch negative Erfahrungen dazu. Hier schließen sich natürlich Erfahrungen, welche dem Kindeswohl widersprechen, an. Sich Konflikte zu stellen, Lösungsschritte zu finden oder der konstruktive und nachhaltige Umgang mit Kritik, erscheint vielen Eltern meist sinnvoll und einfach. Für Kinder/

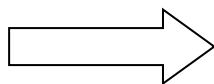
Teenager sind diese Dinge oft unwichtig und anstrengend. Hierzu senden sie meist eine recht eindeutige Botschaft, die da heißt „Lasst mich bloß in Ruhe“. Viel lieber wählen sie den Rückzug ins eigene Zimmer mit meist lauter Musik oder flüchten zu Freunden, denn nur hier fühlen sie sich verstanden und in ihrer Person akzeptiert.

Auch wenn es eine nicht zufriedenstellende Aussage ist: Kinder/ Teenager sind gerade in dieser Zeit einer Überforderungssituation ausgesetzt. Sie sind ganz oft mit sich selber, den Erwartungshaltungen im schulischen aber auch persönlichen Umfeld völlig im Unklaren, was zu mancher Überreaktion führen kann. Es wäre wohl schön, wenn man wie in einem Rezeptbuch nachschlagen könnte und das entsprechend richtige Rezept zum Umgang mit den – zugegeben - oftmals schwierigen Situationen finden würde. Ich persönlich bin doch recht froh, dass es dieses Buch nicht gibt, denn nur so können Individualität, eigene Stärken und Schwächen, persönliche Wünsche und Ängste in einem Umfang Berücksichtigung erfahren, welcher der jeweiligen Persönlichkeit gerecht wird.

Wenn jetzt der Eindruck entsteht, dass Eltern dieser Phase hilflos und mit einer bedingungslosen Akzeptanz begegnen müssen, ist dem ganz und gar nicht so. Oft ist es für alle Beteiligten hilfreich, wenn Eltern dem Kind/ Teenager gegenüber signalisieren, dass sie die „Null Bock Stimmung“ als vorübergehende Phase akzeptieren und verstehen wollen. Dies bedeutet aber nicht gleichzeitig eine bedingungslose Akzeptanz aller *Launen* und *Entgleisungen* im Umgangston miteinander. Eltern sollten ihre eigene Haltung und Erwartungshaltung klar und eindeutig formulieren. Auch Ängste und Sorgen sollten klar benannt werden.

Achtung!! Bitte nicht enttäuscht sein, wenn Ängste und Sorgen auf völliges Unverständnis beim Kind/ Teenager treffen. Oftmals verbinden sie damit zwangsläufig Verbote oder Einschränkungen.

Beispiel:



„Ich mache mir Sorgen, dass dir was passiert, wenn du so lange draußen bist!“

Beim Kind/ Teenager kommt nur an: „Ich darf nicht raus“.

Folgende Stichpunkte sollen Anregung sein, sich selbst die Fragen zu stellen:

- Wieviel Vertrauensvorschuss bin ich bereit zu geben?
- Wieviel Verständnis habe ich, wenn es nicht gleich klappt?
- Wieviel Eigenverantwortung bin ich bereit zu übertragen?
- Wieviel Klarheit und Zuverlässigkeit ist in meinem eigenen Handeln?
- Wie erfülle ich meine Vorbildfunktion?
- Ist meine Erwartungshaltung realistisch?

Gemeinsame Momente mit dem Kind/ Teenager, welche nicht unter dem Motto „Wir müssen miteinander reden!“ stehen, schaffen eine gute Basis für gegenseitiges Vertrauen. Eltern müssen nicht alle Sorgen und Nöte verstehen, denn oft erscheinen die Dinge, welche für die Notlage verantwortlich sind,

banal und unwichtig. Aber Vorsicht, denn gerade dies sind die Auslöser für akute Stimmungslagen und meist von enormer Bedeutung für die Kinder/ Teenager. Bitte gut zuhören, erzählen lassen, Zeit nehmen und auf keinen Fall sagen „Ach, das ist doch nicht so schlimm“. Dies hätte zwangsläufig die Aussage „Du verstehst mich sowieso nicht!“ zur Folge. Oftmals sind Eltern überrascht, wie kompromissbereit Kinder/ Teenager sind, wenn sie sich in ihrer aktuellen Situation und mit ihren Befindlichkeiten wahrgenommen fühlen.

PLÖTZLICH KÖNNEN AUCH WIEDER GROSSE UND KLEINE GEHEIMNISSE GETEILT WERDEN.

Oftmals hilft es auch sich einfach mal mit anderen zur Situation zu verständigen. Das gibt Sicherheit im eigenen Agieren, Austausch von Erfahrungen und Ideen und manchmal auch ein „Gut, dass es bei anderen auch so ist. Also: *Alles normal und okay!*“

Wenn Sie Fragen haben oder Unterstützungsangebote für diese zugegeben recht turbulente Zeit in Anspruch nehmen möchten, wenden Sie sich bitte an die Beratungsstelle in Lutherstadt Eisleben oder Hettstedt.

Ein paar Aufgaben für Klein und Groß

Auflösung der Rätsel vom Juli:

Die Rätsel waren ganz schön knifflig, hier kommen die Lösungen:

Erstes Rätsel: Olivia

Zweites Rätsel: Ersatzrad

Drittes Rätsel: der gelbe Ballon mit der 5 und der lila Ballon mit der 6 bleiben übrig

Und die Lösung zu den Fragen, was älter ist:

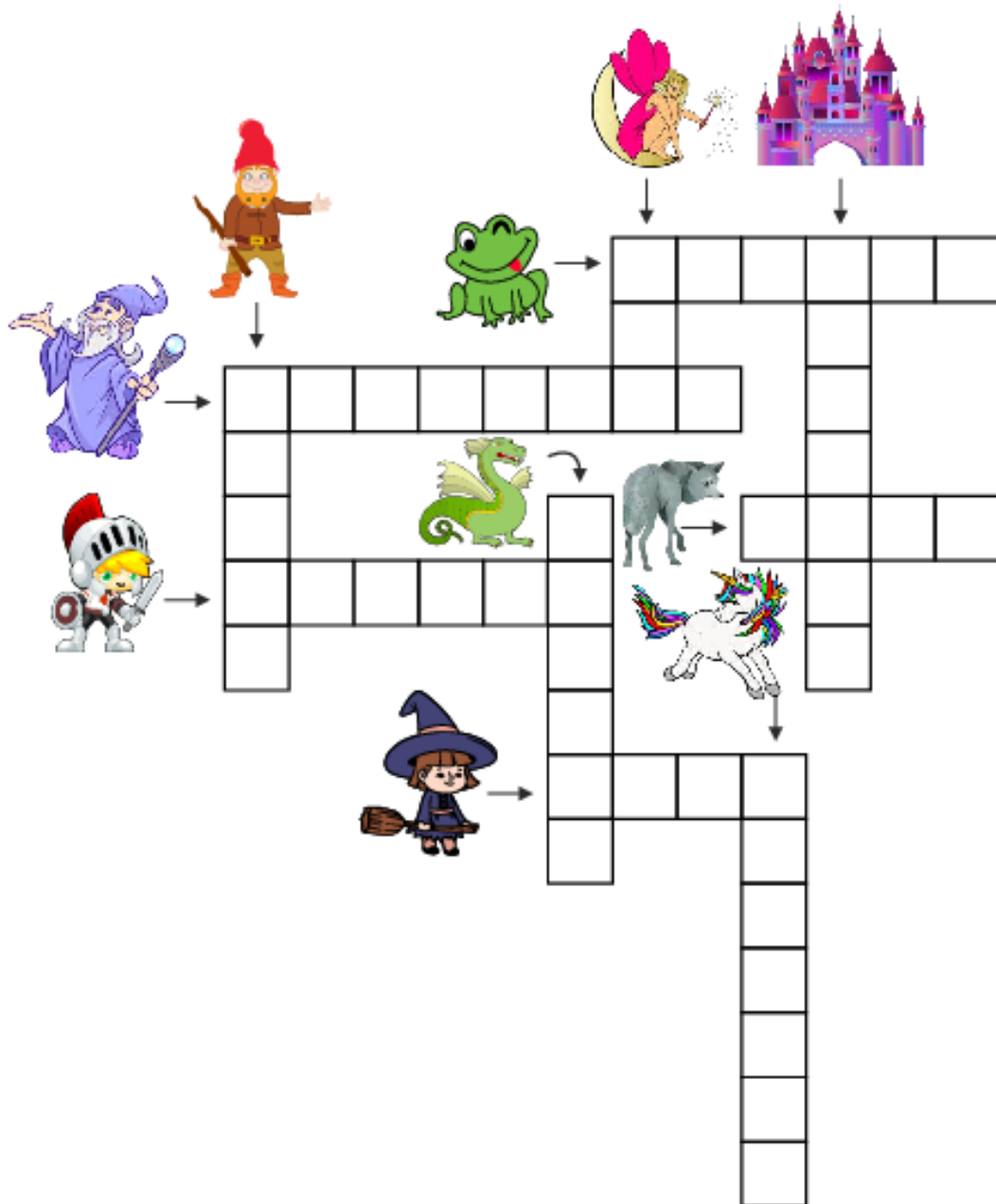
Füllfederhalter, Dampfschiff, Anziehpuppe, Telefon, Tacker, Konservendose und die Schule.

Neue Rätselleien

Wer bin ich?

SPREIZT DAS BEIN WIE EIN ARTIST,
MAG NUR BLÄTTER WENN SIE FRISST,
DER HALS IST LANG UND BRAUN GE-
FLECKT ODER NENNEN WIR'S GE-
SCHECKT?

ER IST STOLZ AUF SEIN GEFIEDER
IN DER MORGENDÄMMERUNG
WACHT MAN AUF DOCH IMMER WIE-
DER, DREHT MAN SICH IM BETTE UM.



Quelle: <https://www.buchstaben.com/raetsel/kreuzwortraetsel-fuer-kinder/kreuzwortraetsel-fuer-grund-schulkinder-6>